पुरुषों के मदिरा पान पर चुने हुए यौगिक प्रक्रियाओं के प्रभाव का अध्ययन

स्कुल ऑफ योग और स्वास्थ्य में पी- एच.डी. उपाधि हेतु प्रस्तावित शोध प्रबन्ध की संक्षिप्त रूपरेखा

निर्देशक
डॉ. ईश्वर भारद्वाज
अध्यक्ष, योग विज्ञान विभाग
गुरूकुल कांगडी विश्वविद्यालय, हरिद्वार

अनुसंधित्सु
अंजनी कुमार पुण्डरीक

देव संस्कृति विश्वविद्यालय

गायत्रीकुंज, हरिद्वार (उत्तराखण्ड)

2008

अध्ययन की रूप रेखा

प्रथम अध्याय	अध्ययन की आवश्यकता तथा महत्व
द्वितीय अध्याय	शोध समस्या, उद्देश्य
	क –शोध समस्या
	ख – शोध का उद्देश्य
	ग – परिकल्पना।
	घ – चर
तृतीय अध्याय	शोध विधियाँ
	क– न्यादर्श
	ख– प्रतिचयन
	ग– शोध अभिकल्प
	घ– कार्य विधि
	ड़– उपकरण
चतुर्थ अध्याय	परिणाम एवं विवेचना
	क– आकड़ों का सारणीयन/ग्राफ
	ख– सांख्यकीय विश्लेषण
	ग– परिणामों का विश्लेषण एवं व्याख्या
पंचम अध्याय	निष्कर्ष एवं उपसंहार
	क– सुझाव
	ख– सन्दर्भ सूची
	ग– परिशिष्ट

अध्ययन का महत्व और उपयोगिता

जब हम अपने सांस्कृतिक इतिहास पर नजर डालते हैं तो समाज में उत्थान और पतन की प्रवृत्ति और निवृत्ति की घटनाऐं दिखाई देती हैं। वैदिक धर्म जब बहुत ज्यादा प्रवृत्तिवादी तथा कर्मकाण्ड प्रधान हो गया तो बुद्ध तथा महावीर ने आकर उसे निवृत्ति की तरफ प्रेरित किया, इसकी भी जब अति हो गई तो शंकराचार्य ने आकर पुनः वैदिक धर्म की प्रतिष्ठा की। हमेंसा समाज में जब भी सर्वाधिक सुख की स्थिति प्राप्त हुई उसमें योग की भूमिका महत्वपूर्ण रही है। हमारे यहाँ जितने भी अवतार के क्रम हैं वे अधिकांशतः योग की शक्ति को प्राप्त कर ही संतुलन की स्थिति स्थापित करते रहे हैं। विगत एक हजार वर्षों में हमारे उपर माया ने ऐसा आवरण डाल दिया जिससे हमारी न केवल योग बल्कि सामान्य भौतिक क्षेत्र की प्रगति भी रूकती चली गयी। इस बीच संसार के अन्य देशों ने भौतिक विज्ञान पर शोध करके अपनी भौतिक सुख सुविधाओं में अपार वृद्धि कर ली। परन्तु वे पुनः उसके ही गुलाम बनकर दुःखी भी होने लगे, उन्हें अपने जीवन में एक रिक्तता की अनुभूति होने लगी। इस रिक्तता को कोई भी भौतिक सुख साधन पूरा नहीं कर सकता। इसके लिए पुनः चेतना पर शोध की आवश्यकता भी होती चली गई। इसकी पूर्ति के लिए उन्होंने अपने धर्म ग्रन्थों का भी सहारा लिया, परन्तु वे भी एक सीमा तक ही मार्गदर्शन कर पाये। तब उन्होंने भारतीय चिन्तन की ओर देखना शुरू किया।

वर्तमान समय में मनुष्य अधिक बहिर्मुखी होने तथा वास्तविक 'स्व' से दूर होने के कारण उत्पन्न रिक्तता को दूर करने के लिए नशे पर आश्रित होता चला गया जिससे उसका आत्मविश्वास भी कम हो गया। इस समस्या को दूर करने के लिए योग एक प्रमुख माध्यम के रूप में प्रभावकारी है। वर्तमान समय हमारे विकास का समय है। हम एक संक्रमण की अवस्था से गुजर रहे हैं। इस समय जहाँ हमारे विकास की

सम्भावना है वहीं तीव्र पतन की भी सम्भावना है। पतन के साधन हमेशा लुभावने होते हैं जो हमारी युवा पीढ़ी की प्रतिभा को नष्ट कर देते हैं। जो सूचना क्रान्ति अमेरिका में 1960 से 1990 के बीच आयी वह क्रान्ति भारत में 1990 से 2000 के बीच में ही आ गई। इससे जहाँ कुछ लाभ हुए वहीं हम बहिर्मुखी होते चले गये। जिससे हमारा आत्मविश्वास कम होता चला गया तथा समाज में कई तरह की समस्याऐं उत्पन्न हो गयीं। जिसमें आत्महीनता तथा नशा प्रमुख है। अल्कोहल के नशे के कारण को समझते हुए वैज्ञानिकों ने कहा है कि जिस परिवार में पहले अल्कोहलिक हो चुके हों उसमें इसका विकास होने की संभावना ज्यादा होती है अर्थात् जेनेटिकल प्रभाव भी इसमें अपनी भूमिका निभाता है। पुनः व्यक्ति जिस वातावरण में रह रहा है उसका भी प्रभाव पड़ता है। जिसकी जिन्दगी में कोई दुर्घटना हो गयी हो उस व्यक्ति के अल्कोहलिक होने की संभावना रहती है। इन तथ्यों के अलावा वहाँ की संस्कृति, मूल्य, विश्वास, वातावरण का दबाव और व्यक्ति की जीवनशैली अल्कोहल एडिक्सन को बढ़ावा देने में प्रमुख भूमिका निभाते हैं। अल्कोहल का नशा उसको कहते हैं ,जब मनुष्य को अल्कोहल युक्त पदार्थ को अनिवार्य रूप से लेने की आवश्यकता पड़ जाती है। वर्तमान समय मनोरोगों तथा नशे से कराहती मानवता का भयावह दृश्य दिखाता है। आज मनोरोगों की समस्या विकराल रूप धारण करती चली जा रही है। तनाव एवं उसके सांवेगिक प्रभाव के रूप में उत्पन्न चिन्ता तथा अवसाद मनुष्य जीवन के अभिन्न अंग बन चुके हैं। (R. Agrawal. 2001) वर्तमान में रोगियों और चिकित्सकों की मुलाकातों का विश्लेषण करने पर हम पाते हैं कि 50 से 75 प्रतिशत तक मुलाकातें केवल मानसिक तनाव से सम्बन्धित हैं। आज इस तनाव एवं उसके प्रभाव स्वरूप उत्पन्न चिन्ता तथा अवसाद से बचने के लिए बच्चों, बूढ़ों एवं व्यस्कों में औषधि व्यसन (व्यसन को एक रूप) तथा ईटिंग डिसऑर्डर बढ़ते ही चले जा रहे हैं। मनोवैज्ञानिक इसका कारण इन द्रव्यों से प्राप्त होने वाली प्रसन्नता की अनुभूति को मानते हैं। विद्यार्थियों में भी चिन्ता तथा अवसाद की वजह से औषधव्यसन की समस्या गम्भीर रूप धारण करती चली जा रही है। सांवेगिक

संतुष्टि की न्यूनता तथा रिटायरमेन्ट से उत्पन्न चिन्ता एवं विषाद की वजह से अमेरिका के कुल वृद्धों में 20.6 प्रतिशत आत्महत्या कर लेते हैं। मैकवैन एवं सहयोगियों के अनुसार, आत्महत्या की यह स्थिति दुनिया के सभी देशों में लगभग समान है।

भारत में हुए मनोरोग सर्वेक्षण ,मनोरोगों की गम्भीरता पर प्रकाश डालते हैं। तमिलनाडु प्रान्त में किये गये ग्रामीण सर्वेक्षण के प्रति एक हजार व्यक्तियों में चिन्ता, विषाद जैसी प्रभावी मानसिक समस्याओं के साथ--साथ 14.1 प्रतिशत में मनश्चिकित्सकीय समस्यायें पायी गयीं। इतना ही नहीं इसके अलावा बेरोजगारी, निर्धनता, अतिमहत्वाकांक्षा, बढ़ते पारिवारिक दबावों तथा लगातार मिलती असफलता के कारण व्यक्ति का अपने आप के प्रति नजरिया बदला है तथा आत्मविश्वास घटने के साथ–साथ आत्मसम्मान की भावना में भी कमी आयी है। जीवन के प्रति उसका दृष्टिकोण निराशावादी होता चला गया है।

योगी व्यक्तित्व के धनी सभी व्यक्ति इन समस्याओं का कारण विकृत दृष्टिकोण तथा अप्राकृतिक जीवन शैली को मानते हैं। इसी कारण आधुनिक युग के व्यक्ति का आंतरिक जीवन तनाव, चिन्ता, असुरक्षा, निम्न आत्मसम्मान एवं नैराश्य भाव से आक्रांत है। ऐसे समय में आज आवश्यकता है कि आत्मिकी के क्षेत्र में अनुसंधान किये जायें। धर्म और दर्शन केवल पढ़ने और पढ़ाने की वस्तु न हो बल्कि जीवन में तदनुकूल बना भी जाय। उसके लिए यौगिक क्रिया समूह बड़ा ही सटीक मार्ग सीखाता है। एक घण्टे का नित्य अभ्यास जहॉ उसको अपने स्व के नजदीक ले आता है, वहीं उसी अवस्था में रहते हुए कुछ तकनीकों का सहारा लेकर जीवन के सारे कार्य करने की सलाह दी जाती है। इससे उसका द्रुतगामी विकास होता चला जाता है।योगियों ने इस क्रियाविधि पर प्रकाश डाला है। अपितु यह वही योग है जिसे गीता में भगवान कृष्ण ने अर्जुन से कहा, पातंजलि ने भी इसका वर्णन किया है, सैद्धान्तिक पक्ष वही है परन्तु युग के अनुकूल स्वामी योगानन्द ने कुछ सरल क्रियाओं से इसकी शुरुआत की है। बाद में वे सभी तथ्य मान्य हैं जो पातंजलि के योगसूत्र में मान्य हैं।

उनकी इस पद्धति को अन्तर्राष्ट्रीय ख्याति प्राप्त है। तथा प्रतिभागियों की एक बड़ी संख्या ने जीवन के प्रति उनके दृष्टिकोण में आये विधेयात्मक बदलाव के लिए इस कार्यक्रम को सराहा है।

व्यक्ति के नजरिये में आये इस बदलाव पर वैज्ञानिक अनुसंधानों की परंपरा शुरू हो गयी है और इस परंपरा को और भी आगे बढ़ाये जाने की आवश्यकता है। प्रस्तुत शोध कार्य में यौगिक अभ्यासों के संयुक्त उपक्रम (क्रियायोग, सूर्य नमस्कार, कुंजल, जलनेति, मंत्रयोग) को लिया गया है। चूँकि वर्तमान में चिन्ता, अवसाद, निम्न आत्मविश्वास, नशा एवं निराशावादी मनोवृत्ति जैसी मानसिक समस्यायें ही सर्वाधिक प्रचलित हैं और बिना योग के इनका समाधान उचित तरीके से संभव भी नहीं है। इसलिए इसका लाभ समाज को मिले व शोध क्षेत्र में नये दीप जलें, इसी भाव से इस कार्य को लिया गया है।

किसी समस्या के समाधान के दो पक्ष हैं – पहला ज्ञान पक्ष तथा दूसरा विज्ञान पक्ष। उसी तरह एल्कोहल नशे से दोहरी क्षति होती है। पहली मानसिक क्षति(मानसिक गुलामी) जिसमें अवसाद, एल्कोहल निर्भरता, जिसके परिणामस्वरूप सिर्फ एल्कोहल लेने से ही सबसे अधिक आनन्द आता है जिससे व्यक्तिगत संबंध, पारिवारिक संबंध तथा सामाजिक संबंधों में दायित्वपूर्ण कार्यों से व्यक्ति भागते हैं। जिससे संपूर्ण सामजिक व्यवस्था चरमरा जाती है। वहीं दूसरी ओर शारीरिक क्षति होती है जिसमें लीवर पर सबसे ज्यादा दबाव पड़ता है जिससे वह क्रमशः कमजोर होता चला जाता है तथा अंतिम अवस्था में सिंक हो जाता है। साथ ही अन्य अंगों जैसे किडनी आदि पर भी नकारात्मक प्रभाव पड़ता है। इन शारीरिक दुष्प्रभावों को कम करने के लिए कुंजल, जनलेति तथा वातक्रम कपालभांति उपयोगिता के आधार पर लिये गये, वही सूर्य नमस्कार, सूक्ष्म व्यायाम तथा प्राणायाम भी कुछ हद तक शरीर की क्षति को पहले विजातीय पदार्थ को बाहर निकालकर तथा पुनः इन संस्थानों में दबाव के दौरान रक्त का प्रवाह इन अंगों तक बढ़ा कर ,पोषण देकर मजबूत किया जाता है। योग के अभ्यास के दौरान जहॉ भी दबाव व खिंचाव पड़ता है वहॉ पर रक्त का प्रवाह

अधिक हो जाता है जिससे ऑक्सीजन तथा पोषक तत्वों की सप्लाई बढ़ जाती है जिससे वे अंग पोषित होकर स्वस्थ होते चले जाते हैं। योग का मंत्र पक्ष तथा प्राणायाम और धारणा, ध्यान और समाधि का एक विषय में होना संयम कहलाता है (पातंजली योगसूत्र 3/4)[15] के अनुसार संयम के साथ सभी योगाभ्यास कराये गये जिससे मन अपने संस्कार को नष्ट कर तेजस्वी हो जाता है। इस प्रकार के अभ्यास से मन के कुसंस्कारों को दूर किया गया।

नशा समाज की ऐसी बीमारी है जो आदिम काल से कमोबेश व्याप्त है। परन्तु वर्तमान में मनुष्य के बहिर्मुखी हो जाने से तथा अन्तर्मुखी तथा बहिर्मुखी में सामंजस्य न होने से इसकी अति हो गयी है। उठती उमर से ही बच्चे गुटखे तम्बाकू आदि प्रारम्भ करने के बाद में शराब, भांग तथा अफीम का सेवन करने लगते हैं। जिससे नुकसान कई पहलुओं में होता है – आर्थिक, सामाजिक, व्यक्तिगत, पारिवारिक, पर्यावरण आदि। कुल मिलाकर नशा, पारिवारिक संकट, सामाजिक पृष्ठभूमि, व्यक्तिगत समस्या आंतरिक रूप से जुड़े हुए हैं। यदि आत्मविश्वास तथा व्यक्तिगत संतुलन को बढ़ा दिया जाय तो नशे पर नियंत्रण स्वतः घटित होने वाली प्रक्रिया होगी। इसका वैज्ञानिक परीक्षण मदिरापान करने वाले पुरूषों के उपर प्रयोग के लिए S.G.O.T. तथा S.G.P.T. नामक टेस्ट का प्रयोग किया गया है जो L.F.T. के अन्तर्गत आता है तथा A.U.D.I.T. का प्रयोग किया गया। चूँकि शराब को शरीर से बाहर निकालने का कार्य लिवर करता है अतः ये दोनों परीक्षण मनुष्य के मदिरापान करने वाले पुरूषों के यकृत की स्थिति को दर्शाते हैं।

समस्या का कथन –

चुने हुए यौगिक प्रक्रियाओं का पुरूषों के मदिरापान पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन।

1.4 अध्ययन का क्षेत्र–

भौगोलिक स्थिति– यह शोध उत्तराखण्ड राज्य के गढवाल मण्डल के अन्तर्गत नई टिहरी जिले में चम्बा नामक क्षेत्र में किया गया जो शिवालिक की पहाडियों पर स्थित है। यह समुद्र तल से लगभग सात हजार फिट की उँचाई पर स्थित है।

ऐतिहासिक स्थिति– यह कालिदास के समय से ही प्रसिद्ध स्थल रहा है यह ऋषियेां की तपोभूमि है औरंगजेब के आक्रमण के समय बहुत सारे हिन्दू राजा तथा उनके समर्थक भाग कर पहाडों पर आ गये। अतः यहाँ भारत के विभिन्न प्रान्तों के मूल निवासी अपनी पहचान के साथ मिल जाते हैं।

संस्कृति का विवेचन– यहॉ की एक मूल संस्कृति होते हुये भी बहुत सारी संस्कृतियों का संगम यहॉ दिखायी देता है। नृत्य , संगीत तथा आमोद–प्रमोद में यहाँ के सामान्य जन विश्वास रखते हैं।

अध्ययन का उद्‌देश्य

इस अध्ययन का उद्‌देश्य है , योग के अभ्यासों का मदिरापान करने वाले व्यक्तियों के L.F.T. परीक्षण के अंतर्गत S.G.O.T. ,S.G.P.T. तथा A.U.D.I.T. पर पड़ने वाले प्रभावों का अध्ययन करना। इन योगाभ्यासों में विभिन्न आसन, प्राणायाम और षट्कर्म शामिल हैं।

परिकल्पना

प्रस्तुत शोध के अध्ययन के अंतर्गत निम्नलिखित परिकल्पनाओं का निर्माण किया गया है, क्योंकि पूर्व में किये गये पायलट स्टडी के अंतर्गत सकारात्मक परिणाम प्राप्त हुए हैं –

1. "चुने हुए यौगिक प्रक्रियाओं का मदिरापान करने वाले व्यक्तियों के L.F.T. परीक्षण के अंतर्गत S.G.O.T. पर सार्थक सकारात्मक प्रभाव पड़ता है।"

2. "चुने हुए यौगिक प्रक्रियाओं का मदिरापान करने वाले व्यक्तियों के L.F.T. परीक्षण के अंतर्गत S.G.P.T. पर सार्थक सकारात्मक प्रभाव पड़ता है।"

3. चुने हुए यौगिक प्रकियाओं का मदिरापान करने वाले व्यक्तियों के नशे के स्तर (A.U.D.I.T.) पर सार्थक सकारात्मक प्रभाव पड़ता है।

इनकी पुष्टि के लिए W.H.O. द्वारा प्रमाणित "Alcohol use Disorder Identification Test का प्रयोग एक वर्ष तक लगातार अभ्यास के उपरान्त भी किया गया है।

चरों का चयन :–

स्वतन्त्र चर :–

(अ) षट्कर्म .जलनेती, अग्निसार किया तथा वमन को सप्ताह में दो बार कराये गये तथा अन्य जितने भी कार्यक्रम कराये गये वे कियायोग की अवधारणा के तहत कराये गये। तप, स्वाध्याय तथा ईश्वर प्राणिधान की धारणा को सामने रखकर आसन, प्राणायाम, ध्यान, तथा मन्त्र जप कराये गये। मन्त्रों में ओंकार के जप पर अत्यधिक ध्यान दिया गया।

(ब) आसन– आसनों में सर्वप्रथम सूक्ष्म व्यायाम तथा प्रत्येक जोड़ को ष्वास के साथ जोड़ कर ध्यान के साथ कराया गया।

1 पवनमुक्तासन

2 ताड़ासन

3 त्रियक ताड़ासन

4 कटिचक्रासन

5 उत्कटासन

6 पादहस्तासन

7 वृक्षासन

8 जानुसिरासन

9 पश्चिमोतानासन

10 नौकासन

11 उत्तानपादासन

12 मण्डूकासन

(स) सूर्य नमस्कार – मन्त्रों के साथ तेरह सूर्य नमस्कार नित्य कराये गये।

सूर्य नमस्कार मन्त्र :–

मित्राय नमः

रवये नमः

सूर्याय नमः

भानवे नमः

खगाय नमः

पूषणे नमः

हिरण्यगर्भाय नमः

मरीचये नमः

आदित्याय नमः

सवित्रे नमः

अर्काय नमः

भास्कराय नमः

(द) प्राणायाम -- नाड़ी शोधन प्राणायाम, सूर्यभेदी प्राणायाम, भ्रामरी प्राणायाम, का विशेष रूप से अभ्यास कराया गया। बीच–बीच में ओंकार का जप भी जोड़ा गया।

परतन्त्र चर :–

1 मदिरापान करने वाले व्यक्तियों के नशे के स्तर (A.U.D.I.T.)

2 मदिरापान करने वाले व्यक्तियों के L.F.T. परीक्षण के अंतर्गत S.G.O.T.

3 मदिरापान करने वाले व्यक्तियों के L.F.T. परीक्षण के अंतर्गत S.G.P.T.

शोध प्रकिया

प्रस्तुत अध्ययन हेतु 40 प्रयोज्यों को लिया गया जो नशे से पीड़ित है इनकी उम्र 25 से 50 वर्ष के मध्य है। प्रयोज्यों के प्रतिदर्श का चयन कोटा प्रतिचयन विधि द्वारा किया गया।

3.3 शोध अभिकल्प :– इसमें single group pre -post test design का प्रयोग किया गया।

कार्यविधि –

गढ़वाल के चंबा नाम स्थान से आकस्मिक प्रतिचयन के द्वारा व्यक्तियों का चयन किया गया। चूंकि यहां पर शराब का प्रचलन बहुतायत में है। अतः यहां पर किया गया कार्य व्यक्तिगत तथा सामाजिक उत्थान के लिए बहुत ही उपयोगी होगा। प्रातः काल पांच पैतालीस से छः पैतालीस तक का समय निश्चित किया गया। प्रारम्भ दस की संख्या से हुआ जो अब बढ़कर लगभग 25 पहुंच गयी है। पहले सूक्ष्म व्यायाम, सूर्य नमस्कार कराये गये। पुनः शिव मन्त्र का उच्चारण किया गया, उसके बाद कपालभांति तथा नाड़ीशोधन

प्राणायाम कराया गया तथा मंत्र जप के क्रम में ओम का उच्चारण तथा शिव मंत्र का उच्चारण किया गया। परामर्श का क्रम भी लगातार चलता गया। बाद में परिचित होने पर कुछ लोगों को कुंजल की सलाह दी गयी तथा तकनीक भी बतायी गयी। बाद में जलनेति का अभ्यास भी दिया गया। अतः इस प्रकार यौगिक पैकेज का नशे (एल्कोहल) से जिनके यकृत विसंगति के शिकार व्यक्तियों के समूह पर परिचालित किया जा रहा है। इस पैकेज के संपादन के बाद लगभग दो महीने बाद जांच की गयी।

उपकरण –

- एल. एफ. टी. – लीवर फंग्सन टेस्ट
- ए. यू. डी. आई.टी. टेस्ट अल्कोहल यूज्ड डिसऑर्डर आईडेन्टिफिकेशन टेस्ट

सांख्यिकी विश्लेषण –

प्रस्तुत शोध कार्य के सांख्यिकी विश्लेषण में टी–टेस्ट का प्रयोग किया जायेगा। परिणामों का विश्लेषण–व्याख्या सर्वप्रथम प्रदत्तों को व्यवस्ति व संकलित किया जाएगा, तत्पश्चात् उनका सांख्यिकीय विश्लेषण किया जाएगा।

नशे वाले व्यक्तियों पर यौगिक पैकेज प्रारम्भ करने से पहले एस0जी0ओ0टी0, एस0जी0पी0टी0 एवं ए. यू.डी.आई.टी. का आंकलन किया जायेगा। पुनः यौगिक पैकेज के परिचालन के बाद एस0जी0ओ0टी0, एस0जी0पी0टी0 एवं ए.यू.डी.आई.टी. का आंकलन किया जाएगा तथा फिर दोनों आंकलनों में अंतर देखा जायेगा। तथा इसकी जांच टी–परीक्षण से की जायेगी।

S.N.	NAME	AGE		S.G.O.T.		S.G.P.T	t-valu-
			PREE	POST	PREE	POST	
1	Lokendra Bahuguna	43	111	52	96	64	10.98 S.G.O.T
2	Satynarayan Badoni	48	115	42	78	34	12.85 S.G.P.T
3	Nardav sing pawar	41	110	45	125	40	
4	Dinesh Uniyal	39	100	39	85	33	
5	Bachen sing negi	44	158	60	115	55	
6	Kamal sing Negi	50	116	76	168	84	
7	Jitendra sing	34	98	36	112	40	
8	Umed Sing Rawat	39	88	44	105	38	
9	Gulab Sing negi	36	78	36	125	40	
10	Swarn sing Rawat	36	106	55	102	31	

उंट के मुंह में जीरा साबित हो रहे हैं। से लापता है। 63 वर्षीय रिटायर्ड शिक्षक चौकी में गुमशुदगी दर्ज कराई

कहावत ही नहीं हकीकत भी है कच्ची के साथ मच्छी, जनजाति क्षेत्रों में कोई प्रतिबंध नहीं

कच्ची शराब: कम नहीं हो रहा प्रचलन

सतीश उनियाल, गोपेश्वर

वर्तमान में पर्वतीय क्षेत्र में अंग्रेजी शराब के बढ़ते चलन के बाद भी घरेलू कच्ची शराब का प्रचलन कम नहीं हुआ है। पहाड़ के दूरस्थ गांवों में आज भी चोरी-छिपे कच्ची शराब का उत्पादन बदस्तूर जारी है। हालांकि सरकार द्वारा कच्ची शराब को अवैध शराब की श्रेणी में रखा गया है।

शराब के शौकीनों की मानें तो पहाड़ में अंग्रेजी शराब पीने वालों की संख्या कम और कच्ची शराब पीने वालों की संख्या अधिक है। इसका कारण है कि पहाड़ का सामान्य तबका महंगी अंग्रेजी शराब को एफोर्ड नहीं कर पाता। इसके विपरीत कच्ची शराब सस्ती दरों पर आसानी से मिल जाती है। पुराने समय में यहां लोग कच्ची शराब मंडुआ, झंगोरा, गुड़, चावल, संतरा आदि के अलावा जड़ी बूटी से तैयार करते थे। जनजाति क्षेत्रों में अनाज के साथ-साथ कीम व पाइ जैसी जंगली जड़ी बूटियों से कच्ची शराब तैयार करते थे। इन क्षेत्रों में आज भी जड़ी बूटियों से कच्ची शराब तैयार की जाती है। भले ही गढ़वाल में अच्छी किस्म की कच्ची शराब कम ही मात्रा में तैयार की जा रही है, लेकिन सीमांत जनपद चमोली के जनजाति क्षेत्र घिंघराण, मांणा, छिनका, नैगवाड आदि जगहों पर हर घर में उन्नत

किस्म की घरेलू कच्ची शराब बनाई जाती है। राज्य के कई जनजाति बाहुल्य क्षेत्रों में इस पर कोई भी प्रतिबंध नहीं लगाया गया है। इस दोहरे मापदण्ड के कारण जनजाति समाज में शराब बेरोकटोक चलन में है। वर्तमान में सूबे के चकराता व उससे लगे जौनसारी जनजाति क्षेत्र, खटीमा से लगे थारू जनजाति क्षेत्र, जोशीमठ, धारचुला व मुनस्यारी से लगे भोटिया जनजाति क्षेत्रों में लोगों को घर के लिये कच्ची शराब तैयार करने की छूट दी गई है। हालांकि जनजाति लोगों द्वारा बेचने के उद्देश्य से भी इसका उत्पादन किया जा रहा है। जिला आबकारी अधिकारी प्रदीप कुमार ने बताया कि जनजाति समाजों को बाकायदा एक्साइज एक्ट 1910 में यह प्राविधान किया गया है कि वह स्वयं के उपयोग के लिए घरेलु स्तर पर कच्ची शराब तैयार कर उसका सेवन कर सकते हैं। उन्होंने यह बात भी स्वीकारी कि उक्त जनजाति के लोग वर्तमान में स्वयं के लिए कम और बेचने के उद्देश्य से ज्यादा शराब बना रहे हैं। यहां के कई स्थानों पर कच्ची शराब के साथ मच्छी यानी मछली का स्वाद खाते ही बनता है। पहाड़ी राज्य के इस परिवेश में उपेक्षा का दंश झेल रही घरेलू शराब को लघु उद्योग का दर्जा देकर जहां स्वरोजगार को बढ़ावा मिल सकता है वहीं इसे राज्य के घरेलू उत्पादों के ब्राण्ड के तौर पर बाहरी क्षेत्रों में बेचा जा सकता है।

दवाइयों व अन्य सामग्री का प्रयोग कर रहे हैं नशे का

नशे की गिरफ्त में आते पहाड़ के मासूम

पौड़ी, जागरण कार्यालय: बढ़ते नशे की गिरफ्त में अब पहाड़ के मासूम भी आने लगे हैं। दिलचस्प बात यह है पहाड़ के मासूम नशे के लिए विभिन्न दवाईयों व स्टेशनरी की सामग्री का प्रयोग करने लगे हैं। इसके कुप्रभाव से अंजान मासूमों को इस बात की खबर कहां कि यह सबकुछ उनके जीवन के लिए घातक हो सकता है।

पहले ही शराब ने पहाड़ों को खोखला कर दिया है, वहीं अब यहां का मासूम बचपन भी नशे की गिरफ्त में आ रहा है। कम उम्र के बच्चों द्वारा नशा करने के लिए एक नायाब तरीका ढूंढ निकाला है। बच्चों द्वारा नींद की गोली, एंटी डिप्रेशन, आयोडेक्स, इरेजर आदि का इस्तेमाल नशे के लिए किया जा रहा है।

> **नशे के नए तरीके**
>
> स्पाजमोप्रोक्सी, एलप्रैक्स, इरेजर, आयोडेक्स, ब्राह्टोजपोम आदि का प्रयोग।
>
> **क्या हो सकते हैं दुष्परिणाम**
>
> पौड़ी: मात्रा से अधिक दवाइयां लेने पर गैस, पेट का अल्सर, याददाश्त कम होना, आंतों में जख्म, मेंटल डिप्रेशन के शिकार।

यहां के निजी क्लीनिकों पर इस प्रकार की दवाईयां बड़े पैमाने पर बिक रही हैं। आयोडेक्स को ब्रेड के साथ मिलाकर खाना एवं इरेजर को सूंघकर नशा करने की विकृति तेजी से फैल रही है। जिला अस्पताल में हर रोज कम उम्र के करीब दस बच्चे ऐसे पहुंच रहे हैं, जो कि नींद एवं एंटी-डिप्रेशन की गोली मांगते हैं। हालांकि चिकित्सालय द्वारा परीक्षण करने के बाद ही इस प्रकार की दवाईयों को दिया जाता है। प्राइवेट क्लीनिकों में भी नशीली दवाईयां खूब बिक रही हैं। श्रीनगर गढ़वाल विश्वविद्यालय के समाज शास्त्र की रीडर किरन डंगवाल भी कम उम्र के बच्चों द्वारा नशीली दवाईयों के इस्तेमाल करने को स्वीकारती हैं। उन्होंने बताया कि बच्चों से जरूरत से अधिक अपेक्षाएं पालने के कारण भी यह विकृति जन्म ले रही है। साथ ही अभिभावकों द्वारा बच्चों को जिम्मेदारी का बोध भी नहीं कराया रहा है। इसके अलावा बच्चों द्वारा शार्टकट-की से कामयाबी हासिल करने की मनोवृत्ति भी के बाद अपेक्षित सफलता न मिलना भी इसका प्रमुख कारण माना जा रहा है। रीडर डंगवाल का यह भी मानना है कि बच्चों को जरूरत से ज्यादा पॉकेट मनी देने के बाद कुछ भी हिसाब किताब नहीं मांगना, इसका दूसरा प्रमुख कारण है।

जिला अस्पताल के चिकित्सक डा. एमपी सिंह बताते हैं कि मात्रा से अधिक एवं लंबे समय तक इन नशीली दवाईयों का इस्तेमाल प्राण घातक हो सकता है और कम उम्र में इन दवाईयों का सेवन यौवन में ही बुढ़ापे के दिन दिखा सकता है।

Anjani Kumar Puri

नैनीताल में छकी जाती है सबसे ज्यादा दारू

अजित सिंह राठी देहरादून

[illegible] में शराब की खपत के आंकड़े एकदम [illegible] यहां साल भर में प्रति व्यक्ति दस बोतल [illegible] जाता है। नैनीताल व देहरादून के लोग सबसे अधिक पीने के शौकीन हैं। यहां दारूबाज [illegible] क्रम से 17.70 व 17.40 बोतल पी [illegible]। शराब से लोगों के स्वास्थ्य पर जो भी [illegible] पड़ रहा हो लेकिन सरकार को अच्छी-खासी [illegible] हो रही है।

उत्तराखंड में पिछले वर्ष 4.33 करोड़ बोतलें [illegible]। इसमें देसी शराब की लगभग दो करोड़ [illegible] भी शामिल हैं। अकेले राजधानी में [illegible] 1.18 करोड़ बोतलों की खपत हुई। देसी [illegible] की दीवानगी बढ़ी है और पिछले तीन वर्षों [illegible] शराब की बिक्री में पच्चीस प्रतिशत की [illegible] हुई। 2005-06 में 1.56 करोड़ व 2006-07 में 1.84 करोड़ देसी दारू की [illegible] की खपत हुई। इस वर्ष के चार महीनों में ही 66.37 [illegible] लीटर देशी शराब बिक चुकी है।

अंग्रेजी के दीवाने पिछले वर्ष 1.52 करोड़ बोतल [illegible] गए, जो उससे पहले 2006-07 के मुकाबले तेरह लाख अधिक है। पियक्कड़ चालू वर्ष में 49.42 लाख लीटर अंग्रेजी पी चुके है। तीन वर्षों में बीयर की बिक्री में भी अप्रत्याशित वृद्धि हुई है। जहां 2005-06 में मात्र 42 लाख 22 हजार 48 बोतलें बिकी थी, वहीं 2007-08 में 65 लाख बोतलें बिकीं। चालू वर्ष के शुरूआती चार महीनों में 31.21 लाख बीयर की बोतलें खाली हो चुकी है।

उत्तराखंड के [illegible] में बीयर अव्वल और शराब दूसरी पसंद है। तीन वर्ष पहले [illegible] में 4.5 लाख शराब और 7.16 लाख बीयर की बोतलें पी गई। बीते वर्ष अंग्रेजी की 5.5 लाख और बीयर की 14.50 लाख बोतल बिकी।

बड़ो-बड़ो का शहर दून नंबर दो पर

रुद्रप्रयाग के बाशिंदे सबसे भले

सूबे के बार में बीयर अव्वल

जबकि शराब है दूसरी पसंद

उत्तराखंड के जिलों में प्रति व्यक्ति शराब की खपत का ब्यौरा (बोतलों में)

1.	नैनीताल	17.70
2.	देहरादून	17.40
3.	चम्पावत	12.79
4.	अल्मोड़ा	12.22
5.	बागेश्वर	10.00
6.	हरिद्वार	8.52
7.	पिथौरागढ़	8.26
8.	पौड़ी	7.58
9.	टिहरी	6.00
10.	उत्तरकाशी	5.60
11.	चमोली	5.45
12.	ऊधमसिंह नगर	4.75
13.	रुद्रप्रयाग	3.23

[illegible] का प्रतिनिधि ब्लाक मुख्यालय में बक्स व अन्य कागजात जमा कराएंगे [illegible] शांतिपूर्वक सम्पन्न हो इसके लिए सभी तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। [illegible] जबकि 13 सितंबर को ब्लाक मुख्यालय में ही मतगणना होगी।

'हायन व्हिस्की और फूलन पिलाई रम'

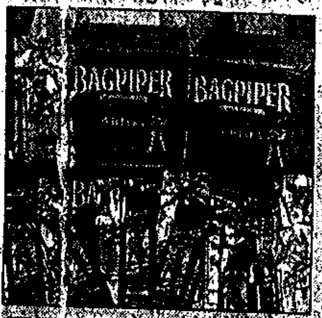
चम्बा/उत्तरकाशी, जागरण कार्यालयः प्रसिद्ध लोक गायक नरेन्द्र सिंह नेगी का बहुचर्चित गीत 'हायन पिलाई व्हिस्की फूलन पिलाई रम, छोटा-मोटा निर्दली दिदोंन कच्ची मा टरकाई हम' इस पंचायत चुनाव पर सटीक बैठ रहा है। जीत पक्की करने के लिए कई प्रत्याशी घर-घर शराब पहुंचाने में पसीना बहा रहे हैं।

चम्बा विकासखंड में 99 ग्राम प्रधानों, 40 क्षेत्र पंचायतों व 4 जिला पंचायत सदस्य पदों पर चुनाव हो रहा है। कई प्रत्याशियों ने मतदाताओं की संख्या के हिसाब से शराब का कोटा रखा है। शराब की दुकान से गाड़ियां भरकर गांवों को रवाना हुई। एक प्रत्याशी ने गाड़ी में शराब भरकर गांव में घुमाया, जो जहां मिला उसे बांटते रहे। नागणी-चम्बा मोटर मार्ग पर [illegible] जा रही शराब की सूचना पुलिस को देने पर पुलिस कर्मियों ने गाड़ियों का पीछा किया [illegible] हें निराशा ही हाथ लगी। ऋषिकेश रोड, मसूरी रोड और धरासू रोड के बड़े बड़े होटलों में शराब की पेटियों का उतरना व गांव के लिए रवानगी होती रही। थानाध्यक्ष चम्बा का कहना है कि पुलिस बल की कमी के कारण समस्या आ रही है। जितनी पुलिस फोर्स उपलब्ध है उसका पूरा प्रयोग कर असामाजिक तत्वों पर अंकुश लगाया जा रहा है।

उत्तरकाशी : त्रिस्तरीय पंचायत चुनाव में शराब भी जमकर बांटी जा रही है। आबकारी विभाग ने चुनाव अधिसूचना जारी के बाद अब तक 325 विदेशी मदिरा की बोतलें व 130 लीटर कच्ची शराब पकड़ी है। त्रिस्तरीय पंचायत चुनाव में शराब भी जमकर बांटी जा रही है। अब तक पकड़ी गई शराब के आधार पर कहा जा सकता है कि कई गांव शराब में डूबे हुए हैं। जिला आबकारी निरीक्षक पवन कुमार ने बताया कि अब तक 325 विदेशी शराब की बोतलें व 130 लीटर कच्ची शराब पकड़ी गई। इन मामलों में आधे दर्जन से अधिक लोगों को आबकारी अधिनियम की धारा में जेल भी भेजा गया है। चुनाव की तिथि नजदीक आने के साथ ही कई प्रत्याशियों ने बोतलों का मुंह भी खोल दिया है। कर्मचारियों की कमी से जूझ रहे आबकारी विभाग अभी भी पूरी सफलता नहीं मिल पा रही है। आबकारी निरीक्षक बताते हैं कि उनके द्वारा लगातार छापे मारे जा रहे हैं।

शराब के शौकीनों के लिए दीवाली है पंचायत चुनाव

कोटद्वार, जागरण कार्यालयः त्रिस्तरीय पंचायत चुनावों में जैसे-जैसे मतदान की तिथि निकट आ रही है, चुनाव प्रचार के साथ ही शराब-कबाब की पार्टियां भी तेज हो चली हैं। पिछले पांच वर्षों से सूनी पड़ी गांव की गलियां इन दिनों देशभक्ति, फिल्मी व गढ़वाली गीतों से गूंज रही हैं। त्रिस्तरीय पंचायत चुनावों में विभिन्न पदों पर किस्मत आजमा रहे प्रत्याशी अपने मतदाताओं को रिझाने के लिए वे तमाम हथकंडे आज़मा रहे हैं, जिन्हें वे आवश्यक समझते हैं। हालांकि, यह हथकंडे कई मर्तबा मतदाताओं को रिझाने के बजाए भड़का भी रहे हैं। भोर होने से देर रात तक लाउडस्पीकरों का शोर झेल रहे मतदाता अब चुनाव प्रचार के इस शोर से ऊब चुके हैं व मतदान की घड़ी का इंतजार कर रहे हैं।



चुनावों में प्रचार के दौरान मतदाता कितनी भी परेशानी झेल रहा हो लेकिन, शराब-कबाब के शौकीनों के लिए चुनाव का यह दौर मुंह-मांगी मुराद से कम नहीं। तमाम कामकाज छोड़ भोर होते ही चुनावी दंगल में उतरे प्रत्याशियों के समर्थन में जुटने वाले इन [illegible] का यह चुनाव प्रचार रात को शराब के नशे में धुत्त होने के बाद ही समाप्त हो रहा है। प्रत्याशियों की ओर से अपने इन समर्थकों को परोसी जाने वाली तमाम शराब हरियाणा [illegible] की अवैध शराब होती है। प्रत्याशियों की मानें तो स्वयं उन्हें भी इस बात का भरोसा नहीं कि उनके यह 'शौकीन' उनके पक्ष में मतदान करेंगे।